

**Centrum Aktywności Seniorów Zabłocie Grzegórzki
przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa**

adres – al. Ignacego Daszyńskiego 16, 31-534 Kraków

kontakt – tel. 12 200 29 26 lub 537 999 506

e-mail – cas@fundacjamis.org.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 – 14.00
wtorek	10:00 – 14.00
środa	10:00 – 14.00
czwartek	10:00 – 14.00
piątek	10:00 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 28 GRUDNIA 2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – GRUDZIEŃ 2024

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9:45 – 10:45	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integracyjne)	Tylko 2,9,16.12.2024
	13.30 – 15.00	Spotkanie z historią sztuki (zajęcia edukacyjne)	Tylko 09.12.2024
	15.00 – 22.00	Karpackie kolędowanie – koncert kolęd i pastorałek w Ludźmierzu (wycieczka autokarowa)	Tylko 28.12.2024
wtorek	10:00 – 12:00	Spotkanie ze smartfonem ciąg dalszy... (zajęcia edukacyjne)	Tylko 3,10,17.12.2024
	15.00 – 17.00	Spotkanie z historią sztuki Wizyta w Muzeum Czartoryskich (zajęcia ruchowe i integrujące)	Tylko 17.12.2024
środa	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	Tylko 11,18.12.2024
czwartek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 5,12,19.12.2024
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 5,12,19.12.2024
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 5,12,19.12.2024

piątek	09.30 – 11.30	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	Tylko 06.12.2024
	12.00 – 13.00	Odporni Na Zimę... Wizyta w Krakowskiej Jaskini/ Grocie Solnej	Tylko 06.12.2024 Zapisy u Pani Iwony 537999506
piątek	17.00 – 19.00	Karpackie słuchowisko "Na świętego Andrzeja wszystkim pannom nadzieja" przy tworzeniu łańcucha choinkowego (zajęcia międzypokoleniowe)	Tylko 06.12.2024
	16.00 – 19.00	Szopka świąteczna – zajęcia plastyczne (zajęcia ruchowe i integrujące)	Tylko 13.12.2024
	17.00 – 19.00	Świąteczne spotkanie CAS Zabłocie Grzegórzki	Tylko 20.12.2024

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Zajęcia dodatkowe w Grudniu 2024:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
05.12.2024 (czwartek)	09.00 – 15.00	Zdrowy Senior w Mikołajki	TAURON Arena Kraków, ul. Stanisława Lema 7 Mała Hala
12.12.2024 (czwartek)	11.30 – 13.30	III Wernisaż IV Konkursu Fotograficznego „Kraków w obiektywie Seniora w 20. Rocznice przystąpienia Polski do Unii Europejskiej”	Hospicjum św. Łazarza ul. Fatimska 17 31-831 Kraków
29.12.2024 (niedziela)	17.00 – 20.00	ŚPIEWAJ Z NAMI! Kołędowanie z krakowskimi chórami	Scena na Rynku Głównym
30.12.2024 (poniedziałek)	12.00 – 15.00	Seminarium podsumowujące projekt „Senioralne Granie (Silver Gaming) w rozwoju kompetencji cyfrowych”	Q Hotel Plus ul. Wygrana 6 Kraków